



Bietenrisotto met portabella

walnoten, oregano en geitenkaas

Een portabella is niets anders dan een uit de kluiten gewassen kastanjechampignon. Deze kanjer heeft een vleziige structuur en is vrij neutraal van smaak. Onze biologische portabella's worden geleverd door 'Het Paddestoelenrijk' in het Brabantse Rossum. Vandaag combineren we de portabella's met rode bietenrisotto en geitenkaas.

45 min | 834 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Rode ui	st	0.5	1	1	2
Knoflookteen	st	0.5	1	1	2
Portabella	st	2	4	5	8
Rode biet, rauw	g	125	250	300	500
Verse oregano	st	0.25	0.5	1	1
Risotto	g	75	150	225	300
Geitenkaas	g	50	100	150	200
Walnoten	g	15	25	40	50

zelf toevoegen:

Bouillon	ml	250	500	750	1000
Boter	el	0.5	1	1.5	2
Olijfolie	el	1	2	3	4
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Pel en snipper de ui en knoflook. Veeġ de portabella's schoon en snijd in stukjes. Schil de bietjes en snijd klein (let op de bietjes geven af aan je handen). Bereid de bouillon.
2. Verwarm boter in een pan met een dikke bodem. Fruit de ui, knoflook, portabella en de helft van de oregano 4-5 minuten. Schep de portabella uit de pan en houd apart. Voeg de risotto en kleingesneden bietjes toe en bak alles glazig op een laag vuur.
3. Schenk een deel van de bouillon erbij, roer regelmatig en laat de risotto het water opnemen. Herhaal dit totdat alle bouillon is opgenomen en de risotto en bietjes beetgaar zijn. Dit duurt ongeveer 25 minuten. Zet eventueel het vuur wat hoger als de risotto te vochtig blijft of voeg wat water toe als de risotto te droog is. De risotto kleurt mooi roze door de bietjes.
4. Schep de paddenstoelen op het laatste moment door de risotto en warm nog even mee. Schep de risotto op de borden, verbrokkel de geitenkaas erover en garneer met gehakte walnoten en overgebleven oregano.

Tip: Je kunt de portabella ook in plakjes snijden en apart bakken in een bakpan. Of ze heel laten en vullen met de bietenrisotto. Doe ze van tevoren 5-8 minuten in de oven op 200 °C met een beetje olijfolie.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

